



ГБОУ СОШ № 427 Кронштадтского района СПб

Отд./корп

1

День

19.11.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		239	Запеканка творожная "Зебра" со сгущённым молоком	215		454,76	11,73	19,15	56,03
	гор.напиток	453	Чай с сахаром	200		40,00	0,10	0,20	10,00
	хлеб	576	Батон нарезной обогашённый микронутринетами	25		65,25	1,90	0,70	12,90
	фрукты	9.1	Яблоко свежее	100		44,40	0,40	0,40	9,80
		470	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150		75,00	4,40	2,50	6,00
Обед	закуска	5	Салат из белокочанной капусты с огурцами	100		66,00	1,00	7,50	6,42
	1 блюдо	112	Уха из рыбы со свежей зелены	260		202,05	9,10	7,10	25,10
	2 блюдо	331	Птица, тушенная в сметанном соусе	100		165,56	4,89	9,67	7,67
	гарнир	347	Каша гречневая рассыпчатая	180		262,00	9,84	6,72	37,08
	напиток	463	Напиток из протёрой брусники	200		30,00	0,13	0,06	7,20
	хлеб	576	Батон нарезной обогашённый микронутриентами	60		156,60	4,50	1,74	30,96
	хлеб	575	Хлеб ржано-пшеничный обогашённый микронутриентами	50		99,00	3,40	0,65	19,90